

グリーンカレー

自動加湿オープン・スチーマーモード



●材料<10人分>

鶏もも肉（一口大）	1000 g
たけのこ（千切り）	300 g
しめじ	200 P
茄子（乱切り）	4 個
赤ピーマン（千切り）	1 個
サラダ油	100 g
グリーンカレーペースト	100 g
サラダ油	10 g
ココナッツミルク	800 g
砂糖	30 g
水	600 cc
ガラスープ	15 g
塩	2 g
ナンプラー	40 g
バジル	適量

●作り方

- ① 下処理した材料を決められた大きさにカットする
- ② 鍋にサラダ油を入れグリーンカレーペーストを炒める
- ③ ココナッツミルクを入れて中火でかやく煮詰める
- ④ 残りの調味料、鶏ガラスープを加える
- ⑤ ホテルパンに鶏肉、茄子、筍、しめじ、パプリカ、サラダ油を入れて絡める
- ⑥ 予熱されたスチームコンベクションオーブンで加熱する(モード1)
- ⑦ ブザーがなったら取り出し、④の汁を加えて蓋をする
- ⑧ 予熱されたスチームコンベクションオーブンで加熱する(モード2)
- ⑨ ブザーがなったら取り出し、ナンプラー、バジルを加える
- ⑩ 器に盛りつけ、ライスとともに提供する



加熱前



加熱後

●機器設定

モード	設定温度	目安時間	加湿	風量	使用備品
1 自動加湿オープン	220℃	5分	90	強	1/1ホテルパン
2 スチーマーモード	140℃	20分	-	強	1/1ホテルパン・蓋



ココナッツミルクが分離している場合、分離した固形の部分を先にフライパンに入れ、油が浮いてきたら残りを加える事で、ココナッツミルクの油をしっかり引き出し、より、香りと色を引き立たせる事が出来ます